

Kính thưa Thầy và các Thầy Cô!

Chúng con xin phép chia sẻ một số nội dung chính mà chúng con ghi chép trong bài Thầy Vọng Tây giảng từ 4h50' đến 6h00', sáng thứ Tư, ngày 25/02/2026.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 352: Phải từ việc khéo giữ gìn ba nghiệp

Trong bài học hôm nay, Hòa Thượng nói một câu hết sức chấn động: ***“Tổng cương lĩnh tu hành ở nơi Tịnh Độ là “Phát tâm Bồ Đề, một lòng chuyên niệm”, thế nhưng, vì sao chúng ta không phát được tâm Bồ Đề? Là bởi vì không có gốc. Gốc chính là khéo giữ gìn ba nghiệp.”*** Chúng ta hãy quán sát để trả lời câu hỏi: Có phải hằng ngày chúng ta chưa khéo giữ gìn ba nghiệp, vẫn để ba nghiệp buông lung, dấy khởi theo tập khí xấu ác của chính mình? Mỗi lần làm theo tập khí, chúng ta lại tự cho rằng đó là sự khai duyên và lầm tưởng rằng mình có thể chiến thắng được tập khí. Chúng ta thậm chí còn gọi việc này là tùy duyên, nhưng xét kỹ thì đó chính là sự tùy tiện.

Vì không có gốc tức là không giữ được ba nghiệp, nên chúng ta không phát được tâm Bồ Đề. Giữ được ba nghiệp chính là hành được 10 thiện: Thân Tam là *“không Sát Đạo Dâm”*, Khẩu tứ là *“Không nói dối, Không nói lưỡi đôi chiều, Không nói lời hung ác, Không nói lời thêu dệt”*; Ý tam là *“không Tham Sân Si”*. Hòa Thượng nói: ***“Chúng ta học Phật nhưng chúng ta chưa tin sâu nhân quả. Phật Bồ Tát, các bậc Tổ sư Đại đức luôn nhắc nhở chúng ta phải tin sâu nhân quả. Chúng ta thấu hiểu nhân quả, tường tận được nhân quả rồi thì chắc chắn sẽ cải đổi được vận mệnh.”***

Việc này tôi hoàn toàn tin tưởng, bởi trong nhiều năm qua, tôi đã nghe theo lời giáo huấn của Hòa Thượng. Dù thực hành chưa giống hoàn toàn nhưng nhờ sự nỗ lực hết mình, tôi đã đạt được những kết quả vượt ngoài mong đợi và sự tự duy của bản thân. Chúng ta hiểu rằng chỉ cần tuân thủ giáo pháp, thực hiện đúng mọi quy tắc với tâm chân thành thì nhất định sẽ có kết quả tốt. Ngược lại, có người dù làm đúng nguyên lý nhưng lại mang tâm mưu đồ, tư lợi; dù đôi khi cũng gặt hái được thành quả, song thành công thì ít mà thất bại lại nhiều. Nếu chúng ta cũng tranh giành lợi ích, trong khi thiên hạ nơi nơi đều tranh lợi, thì chắc chắn sẽ dẫn đến cục diện bất hòa và bất ổn.

Hòa Thượng nói: ***“Trong Liễu Phàm Tứ Huấn, từ đầu đến cuối, chính là nói rõ lý luận và quả báo của nhân quả. Sau khi tiếp nhận lời khải thị của Vân Cốc Thiền Sư, Viên Liễu Phàm đã hiểu rõ được đạo lý của nhân quả, nên cả cuộc đời, ông cứ theo đó mà làm. Nói rõ hơn là cả đời của ông tích cực đoạn ác tu thiện, cả đời của ông tích cực tích công bồi đức. Do đó, nửa đời sau của Viên Liễu Phàm, vận mệnh hoàn toàn được thay đổi.”***

Chúng ta thấy trong lời giáo huấn của Hòa Thượng luôn xoay quanh vấn đề nhân quả. Ngài nhắc nhở chúng ta thấu hiểu nhân quả với mong muốn chúng ta cải tạo vận mệnh và niệm Phật đúng như lý như pháp để vãng sanh Thế giới Tây Phương Cực Lạc. Tuy nhiên, phần lớn người niệm Phật thường bỏ quên về trước mà chỉ quan tâm đến lời dạy của Hòa Thượng ở về sau, tức là làm sao để được vãng sanh. Chính vì không thấu hiểu nhân quả nên mới dẫn đến việc cả đời tùy tiện tạo tác; chỉ khi hiểu rõ nhân quả, chúng ta mới có thể cả đời đoạn ác tu thiện, tích công bồi đức.

Hòa Thượng nói: ***“Đạo lý và sự thật của nhân quả, bạn đã tường tận hay chưa? Nếu như thấu hiểu tường tận nhân quả thì mỗi chúng ta đều có thể sáng tạo cho mình một tiền đồ rất tốt đẹp. Cho nên vận mạng của con người được thao túng trong tay của chính mình. Chính mình có thể thay đổi, có thể sáng tạo.”*** Có những người đến với thế gian này cũng giống như chúng ta, nhưng khi ra đi, họ để lại sự ngưỡng mộ và công nhận cho muôn đời sau. Chính họ đã tự khai mở cho bản thân một tiền đồ viên mãn. Chúng ta cũng vậy, hoàn toàn có khả năng khai mở cho mình một tiền đồ viên mãn, thế nhưng chúng ta lại không chịu thực hiện. Nếu muốn làm Phật, ta sẽ thành Phật; muốn làm Bồ Tát, ta sẽ thành Bồ Tát; muốn làm bậc quân tử, ta sẽ thành quân tử. Ngược lại, nếu cứ buông lung theo tập khí xấu ác, ta sẽ mãi chỉ là kẻ phạm phu, một hạng tiểu nhân.

Thời gian cuộc đời chúng ta liệu có dài lâu hay thực sự quá ngắn ngủi? Nếu đến với thế gian này mà không muốn hy sinh phụng hiến, chỉ thích tự tư tự lợi và mãi mê hưởng thụ thì liệu sự hưởng thụ đó sẽ kéo dài được bao nhiêu năm? Chẳng được bao lâu đâu, bởi chỉ trong chớp mắt là cuộc đời đã đi qua. Ngược lại, nếu chúng ta chọn lối sống như hàng Phật, Bồ Tát và Thánh Hiền — dẫu thoát nhìn tưởng như thiệt thòi — thì vài chục năm ấy lại là những năm tháng ý nghĩa biết bao. Từ chính bàn tay mình, chúng ta có thể kiến tạo một nhân sinh hạnh phúc,

cao đẹp; hoặc chọn một nhân sinh trống rỗng, chẳng có gì ngoài việc vui mình trong hưởng thụ tư dục, tư tình và tư lợi của bản thân.

Muốn sáng tạo cuộc đời như Phật Bồ Tát Thánh Hiền thì hãy làm như giáo huấn, chuẩn mực của các Ngài, thế nhưng chúng ta không làm. Hòa Thượng lập đi lập lại lời khẳng định rằng: “**Vận mệnh có thể thay đổi**”. Trong việc học Phật, thay đổi vận mệnh chỉ là việc nhỏ, là việc thấp nhất do đó, nếu chúng ta chưa thay đổi gì thì việc học tập của chúng ta chẳng có lợi ích gì.

Hòa Thượng nói: “**Việc thay đổi lớn nhất chính là phải vãng sanh Thế Giới Tây Phương Cực Lạc. Cho dù chúng ta ở trong cõi Phàm Thánh Đồng Cư - phẩm vị thấp nhất thì Tổ sư Đại đức nói với chúng ta rằng đó cũng là sự thành tựu viên mãn.**” Hằng ngày, chúng ta loay hoay mãi mà không thay đổi được vận mệnh. Xét cho cùng, nguyên nhân chính là do ta chưa chuyển hóa được tập khí. Chúng ta vẫn sống theo bản năng: thích ăn thì ăn, thích ngủ thì ngủ, mãi mê chạy theo sự thỏa mãn danh văn lợi dưỡng. Để cải tạo vận mệnh, điều cốt yếu là phải thay đổi từ thói quen xấu thành thói quen tốt. Để làm được điều này, đòi hỏi chúng ta phải vô cùng tích cực và nỗ lực.

Nhiều người than vãn rằng việc này quá khó, ngay cả việc thức dậy đúng giờ cũng là một thử thách lớn. Bản thân tôi trong suốt 10 năm qua đã duy trì việc thức dậy lúc 4 giờ sáng, sau đó nhích dần lên 3 giờ 40 và hiện tại là 3 giờ 5 phút. Đây chính là quá trình rèn luyện để thay đổi thói quen; tôi đã phải trải qua một thời gian rất dài để thực hiện điều đó. Muốn cải tạo vận mệnh mà không thay đổi thói quen thì không còn con đường nào khác. Tại sao người khác làm được mà chúng ta lại không? Nhiều người tự hỏi liệu có phương pháp nào dễ dàng hơn không? Câu trả lời duy nhất là: Không có cách nào khác ngoài việc nỗ lực tự thân để thay đổi thói quen.

Ví dụ, muốn diệt trừ lòng tham thì bước đầu tiên là đừng tạo cơ hội cho lòng tham trỗi dậy, sau đó mới tiêu trừ dần dần. Nếu muốn diệt tham mà vẫn để bản thân vướng vào những cảnh duyên khiến tâm tham dấy khởi thì không thể nào giải quyết tận gốc được. Chúng ta cần nhìn rõ rằng lòng tham là cốt lõi, từ đó nảy sinh tham ăn, tham ngủ, tham danh, tham lợi và muôn vàn thứ tham khác. Để diệt trừ tập khí xấu ác một cách hiệu quả nhất, chúng ta hãy khắc ghi lời dạy của Ấn Tổ: “**Đốn luân tận phận**” – nghĩa là làm tốt nhất vai trò và bổn phận của chính

mình. Chỉ riêng việc tập trung hoàn thành trách nhiệm ấy thôi cũng đã chiếm hết thời gian, không còn chỗ cho những suy nghĩ tư lợi. Sở dĩ chúng ta còn tham là vì để tâm trí quá nhàn rỗi, dẫn đến việc vận mệnh không những không tốt lên mà ngày một xấu đi.

Tập khí này hiện hữu trong mỗi chúng ta chứ không phải ai khác. Chúng ta tưởng mình đã nghe hiểu và tin vào nhân quả, nhưng thực tế đó chỉ là sự tin tưởng hời hợt bên ngoài chứ chưa thật sự thấu triệt trong tâm khảm. Nếu thật sự tin vào nhân quả, chúng ta sẽ không bao giờ dám làm điều ác; chỉ vì chưa tin sâu nên mới dám tùy tiện tạo tác. Pháp tu của Bồ Tát là: *“Ngày đêm thường niệm thiện pháp, quán sát thiện pháp, tư duy thiện pháp, không để một ý niệm bất thiện nào xen tạp.”* Trong khi đó, chúng ta vẫn để mặc cho các niệm bất thiện khởi lên, kéo theo những hành động sai lầm. Điều này minh chứng rằng chúng ta chưa thực tin nhân quả nên mới dám tùy tiện trong suy nghĩ và hành động.

Đức Phật dạy chúng ta *“Chuyển phàm thành thánh”*, nghĩa là thay đổi vận mệnh từ một phàm phu mê mờ trong vòng sinh tử trở thành một vị Thánh sáng suốt, biết rõ lối đi về. Giống như lời Hòa Thượng đã dạy, khi đó mỗi chúng ta sẽ tự kiến tạo cho mình một tiền đồ xán lạn. Ngài khẳng định rằng tất cả mọi người đều có thể làm được, đều có thể cải tạo được vận mệnh của chính mình. Người làm được là nhờ thực tu, thực làm; người không làm được là do tu giả, làm hờ mà thôi.

Hòa Thượng nói: ***“Trên Kinh Phật đều dạy chúng ta nhiều phương pháp tu học. Từ trong cuộc sống thường ngày làm người như thế nào đến tu hành chứng quả ra sao, đều là có phương pháp. Chúng ta chỉ cần y giáo phụng hành, chỉ cần y theo lý luận, phương pháp mà Phật đã dạy và chăm chỉ, nỗ lực làm theo thì ngay trong đời này nhất định sẽ thành tựu.”*** Lời dạy này của Hòa Thượng hoàn toàn không phải là sự võ đoán, và tôi sâu sắc thấu hiểu điều đó. Ngài đã đạt được thành tựu nhờ việc nhất tâm tin nhận và thực hành; chính vì thế, Ngài mới khẳng định chắc chắn với chúng ta rằng: Cứ làm thì nhất định sẽ thành tựu.

Chúng ta tuy có nghe giảng nhưng đôi khi chỉ thực hiện một cách hời hợt cho dễ coi. Nếu y giáo phụng hành theo giáo huấn của Phật, Bồ Tát thì sẽ thành Phật, Bồ Tát; y theo giáo huấn của Thánh Hiền thì sẽ thành Thánh Hiền. Tôi tự

nhắc nhở chính mình rằng: Nếu dừng mãnh tinh tấn một cách đặc biệt thì sẽ có sự chuyển hóa đặc biệt; nếu dừng mãnh tinh tấn một cách bình thường thì sự chuyển hóa cũng chỉ ở mức bình thường; còn nếu không dừng mãnh tinh tấn thì tuyệt đối không có sự chuyển đổi nào cả.

Việc tu tập của chúng ta giống như đang chèo thuyền ngược nước. Bởi là thuyền ngược dòng, nên chỉ cần ngoi tay chèo là sẽ bị đẩy lùi về sau rất xa so với điểm xuất phát, chứ chẳng thể đứng yên một chỗ.

Hòa Thượng nói: ***“Thành tựu này là cứu cánh viên mãn, không chỉ giúp chúng ta thoát khỏi sáu cõi luân hồi mà còn thoát ra 10 pháp giới, thù thắng không gì bằng. Việc này chúng ta không thể không biết.”*** Hòa Thượng tuy không tự nhận rằng Ngài đã thành tựu, nhưng thực tế, khi Ngài thuyết giảng về cảnh giới này, điều đó minh chứng Ngài đã đạt được thành tựu. Ngài khai thị để chúng ta thấu triệt rằng: Cứ thực hành thì nhất định sẽ có kết quả.

Hằng ngày, việc quan trọng nhất là chúng ta phải quán sát được từng ý niệm và hành động tạo tác của chính mình. Tôi nhận thấy chúng ta vẫn thường để tâm ý trôi lăn một cách qua loa, chao đảo. Ngay cả ở thế gian, có những người tuy chưa tu hành học Phật nhưng tâm ý của họ lại không hề dao động, hời hợt. Chúng ta phải hiểu rằng, sở dĩ việc làm của mình chưa đi đến đâu là do tâm ý còn quá lăng xăng. Những việc đòi thường tại thế gian mà ta còn chưa làm tốt, thì liệu có thể mong cầu một ngày thành Phật, thành Bồ Tát hay sao? Ngay trong cuộc sống hiện tại còn chưa làm được một người minh bạch, thì liệu ta có thể mong cầu một ngày nào đó, ở một thế giới nào đó, trở thành một bậc minh triết được không? Tuyệt đối không có cách nào cả!

Vì vậy, mỗi ngày chúng ta hãy sống làm một người minh bạch, đừng tham vọng hay tham cầu quá nhiều. Ngay cả việc làm thiện sự mà luôn mong cầu kết quả tốt thì đó cũng là một ý niệm sai lầm. Hòa Thượng dạy rằng: Chỉ cần y theo giáo huấn của Phật, y theo các tiêu chuẩn quy điều với tâm chân thành thì nhất định sẽ có kết quả tốt. Tuy nhiên, kết quả ấy còn tùy thuộc vào phước báu của chúng sanh; nếu chúng sanh không có phước thì dù ta có làm đúng lý luận, đúng phương pháp với tâm chân thành đi chăng nữa, việc cũng khó thành công. Cho nên, chúng ta không nên cưỡng cầu, tham cầu hay vọng tưởng, cũng chẳng cần phải dao động hay lăng xăng, bất an.

Hòa Thượng nói: **“Nguyên tắc tu hành chính là nền tảng khéo giữ ba nghiệp. Muốn giữ ba nghiệp phải bắt đầu từ Đệ Tử Quy, từ 10 thiện.”** Người tu hành ngày nay theo đuổi rất nhiều pháp môn, nhưng những điều nền tảng lại không thực hiện; lời ăn tiếng nói vẫn còn tùy tiện, hành động vẫn còn thô tháo. Bản thân tôi chỉ học qua sách vở và những lời giáo huấn từ băng đĩa của Hòa Thượng, chưa từng được Ngài trực tiếp *“cầm tay chỉ việc”*, nhưng những ai đồng hành cùng tôi đều sẽ hiểu phong thái của tôi như thế nào.

Tôi luôn dùng ba nghiệp để quán sát chính mình và quán sát mọi hoàn cảnh xung quanh. Tôi nói ra điều này không phải để khoe khoang, mà là để mọi người cùng soi xét lại. Chẳng hạn như hôm qua đi chùa, tôi nhìn thấy những chiếc lá và có cảm nhận cây đang thiếu nước — điều mà người bình thường đôi khi không để ý, không nhận ra. Ngay cả lúc ngồi chụp hình, tôi cũng nhắc nhở các chú phải ngồi với phong thái đỉnh đặc của một trang nam nhi quân tử. Cho nên, hãy luôn dùng ba nghiệp để quán sát cẩn trọng chính mình và hoàn cảnh xung quanh.

Trong bài học hôm nay, tôi vô cùng tâm đắc với lời dạy của Hòa Thượng rằng: **“Tâm Bồ Đề vì sao không thể phát, vì sao muốn phát nhưng không thể phát ra được? Là do không hành 10 thiện. Trên Kinh Phật nói “phát tâm Bồ Đề, một lòng chuyên niệm”. Đây là giai đoạn tối cao của tu hành, thế nhưng, nền tảng của nó chính là 10 thiện.”** Thân khéo giữ ba nghiệp, không sát đạo dâm; Miệng khéo giữ khẩu nghiệp, không nói dối, không nói lưỡi đôi chiều, không nói lời hung ác, không nói lời thêu dệt; Ý khéo giữ không để tham sân si.

Hòa Thượng nói thêm một ý nữa mà tôi cho rằng rất nhiều người không tin. Ngài khẳng định: **“Muốn nền tảng 10 thiện được tốt thì phải bắt đầu từ nơi Đệ Tử Quy – Phép tắc Người con.”** Tôi thấy có người phạm những lỗi rất nhỏ như ngồi ở ngay ngạch cửa, ngay lối đi, gây cản trở cho người khác. Đây là việc rất nhỏ nhưng đâu đó, chúng ta vẫn mơ hồ tưởng rằng chữ *“dâm”* trong *“sát đạo dâm”* của thân nghiệp chỉ cho sự dâm dục, mà không biết rằng *“dâm”* còn có nghĩa là tùy tiện, là vượt qua quy củ, quy điều, chuẩn mực. Hằng ngày chúng ta tưởng rằng ba nghiệp của mình rất tốt, thế nhưng chưa chắc đã làm được điều người thế gian hay nhắc tới và một người chuẩn mực luôn tuân thủ là *“Ấn trông nôi, ngồi trông hướng”*. Cho nên hằng ngày hãy soi chiếu, quán sát và thúc liễm

ba nghiệp của mình và dùng ba nghiệp của bản thân để soi chiếu hoàn cảnh xung quanh./.

Nam Mô A Di Đà Phật

Chúng con xin tùy hỷ công đức của Thầy và tất cả các Thầy Cô!

Nội dung chúng con ghi chép lời giảng của Thầy có thể còn sai lầm và thiếu sót. Kính mong Thầy và các Thầy Cô lượng thứ, chỉ bảo và đóng góp ý kiến để tài liệu học tập mang lại lợi ích cho mọi người!